

## BAB 3

### METODE PENELITIAN

#### 3.1. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang dilaksanakan dengan cara yang empirik, sistematis, terkontrol, dan kritis mengenai hipotesis hubungan yang diasumsikan diantara fenomena alam. Penelitian kuantitatif bekerja dengan angka, yang datanya berbentuk bilangan (nilai atau skor, frekuensi atau peringkat), dan dianalisis menggunakan statistik untuk menjawab hipotesis penelitian yang spesifik, dan berguna untuk memprediksi variabel tertentu dapat mempengaruhi variabel lain (Alsa, 2014).

#### 3.2. Identifikasi Dan Definisi Operasional Variabel

##### 3.2.1. Identifikasi variabel

Penelitian hubungan *psychological well-being* dengan *burnout* pada polisi memiliki variabel sebagai berikut:

Variabel tergantung : *Burnout*

Variabel bebas : *Psychological well-being*

##### 3.2.2. Definisi operasional variabel

Penjelasan mengenai definisi operasional tiap variabel adalah sebagai berikut :

##### a. *Burnout*

*Burnout* adalah kondisi kelelahan emosi dan fisik yang akibat stres yang berkepanjangan ditandai dengan pengembangan konsep diri negatif, sikap kerja negatif, kondisi emosional melemah dan tidak maksimal dalam pekerjaan serta kurangnya perhatian dan perasaan terhadap orang lain. Skala *burnout* yang digunakan oleh peneliti untuk mengukur variabel

berdasarkan aspek *burnout* yaitu kelelahan (*exhaustion*), depersonalisasi (*cynicism*), ketidakefektifan (*inefficacy*). Semakin tinggi tingkat *burnout* maka semakin rendah tingkat *psychological well-being* seseorang.

b. *Psychological well-being*

*Psychological well-being* adalah kondisi bahagia dimana individu mampu untuk hidup lebih bermakna dan dapat memiliki arti hidup sehingga dapat memiliki hubungan baik dengan orang lain serta mampu mengontrol diri terhadap situasi yang terus berubah.

Skala *Psychological well-being* yang digunakan oleh peneliti untuk mengukur variabel berdasarkan dimensi pada *psychological well-being* yaitu *self-acceptence* (penerimaan diri), *positive relation with other* (hubungan positif dengan orang lain), *environmental mastery* (penguasaan lingkungan), *autonomy* (otonomi), *purpose in life* (tujuan hidup), dan *personal growthe* (perkembangan diri). Semakin tinggi tingkat *psychological well-being* maka semakin rendah tingkat *burnout* seseorang.

### 3.3. Subjek Penelitian

#### 3.3.1. Populasi

Menurut Azwar (2005), populasi adalah berbagai subjek yang menjadi suatu kelompok dan hasil penelitiannya akan digeneralisirkan. Populasi yang diambil untuk penelitian ini adalah anggota Kepolisian Resor Kota Besar Semarang unit Sabhara.

#### 3.3.2. Teknik pengambilan sampel

Sampel adalah individu yang termasuk dalam populasi. Teknik sampling adalah cara untuk menentukan sampel agar dapat merepresentasikan

populasinya dengan baik (Azwar, 2005). Dalam penelitian ini menggunakan teknik *insidental sampling*. Menurut Sugiyono (2016) teknik *insidental sampling* merupakan teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan yang bertemu dengan peneliti dan dapat digunakan sebagai sampel dan dipandang orang yang kebetulan cocok ditemui sebagai sumber data. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu polisi yang bekerja di Kepolisian Resor Kota Besar Semarang.

### **3.4. Metode Pengumpulan Data**

#### **3.4.1. Skala *Psychological well-being***

Skala pada variabel *psychological well-being* adalah skala yang telah digunakan pada rangkaian penelitian payung yang diketuai oleh Widianingtanti dan telah dinyatakan valid dan reliabel. Skala pada variabel ini adalah skala Likert, yaitu skala yang dipergunakan untuk mengukur sikap (Suryabrata, 2005).

Pada skala ini terdapat item yang dikelompokkan menjadi *favorable* item dan *unfavorable* item. Didalam skala ini terdapat enam jawaban yang terdiri dari STS (Sangat Tidak Setuju), TS (Tidak Setuju), ATS (Agak Tidak Setuju), AS (Agak Setuju), S (Setuju), dan SS (Sangat Setuju).

Pada item *favorable*, jawaban SS (Sangat Setuju) memiliki skor 6, S (Setuju) memiliki skor 5, AS (Agak Setuju) memiliki skor 4, ATS (Agak Tidak Setuju) memiliki skor 3, TS (Tidak Setuju) memiliki skor 2, dan STS (Sangat Tidak Setuju) memiliki skor 1.

Sedangkan pada item *unfavorable*, jawaban STS (Sangat Tidak Setuju) memiliki skor 6, jawaban TS (Tidak Setuju) memiliki skor 5, ATS (Agak Tidak Setuju) memiliki skor 4, jawaban AS (Agak Setuju) memiliki skor 3, jawaban S (Setuju) memiliki skor 2 dan jawaban ST (Sangat Setuju) memiliki skor 1.

**Tabel 3. 1 Rancangan Jumlah Item Skala *Psychological Well-being***

Dimensi	Jumlah item		Total
	Favorable	Unfavorable	
<i>Positive Relation with Other</i>	2	3	5
<i>Autonomy</i>	2	3	5
<i>Enviromental Mastery</i>	2	3	5
<i>Personal Growth</i>	2	2	4
<i>Purpose in Life</i>	2	3	5
<i>Self-Acceptence</i>	2	3	5
Total	12	12	29

**3.4.2. Skala *Burnout***

Skala yang digunakan pada penelitian ini adalah Maslach *Burnout* Inventory (MBI) yang telah diadaptasi dan dimodifikasi oleh Widianingtanti yang merupakan ketua penelitian payung. Skala ini terdiri dari 22 item yang berisi 14 item *favourable* dan 8 item *unfavourable*.

Skala *burnout* ini sudah di validasi dan diuji reliabilitasnya oleh Widianingtanti dengan koefisien validitas antara 0,536 sampai dengan 0,818 dengan taraf signifikansi 0,05 dan skor reliabilitas sebesar 0.928. Skala ini mendapatkan hasil koefisien validitas antara 0,687 sampai 0,818 pada aspek *exhaustion*, 0,536 sampai dengan 0,800 pada aspek *cynicism*, dan 0,604 sampai dengan 0,809 pada aspek *inefficacy* dengan menggunakan *Confirmatory Factor Analysis* (CFA).

**Tabel 3. 2 Rancangan Jumlah Item Skala *Burnout***

No.	Aspek	Item <i>Favorable</i>	Item <i>Unfavorable</i>	Jumlah
1.	<i>Exhaustion</i>	9	-	9
2.	<i>Cynicism</i>	5	-	5
3.	<i>Inefficacy</i>	-	8	8
	Jumlah	14	8	22

### 3.5. Validitas dan Reliabilitas

Validitas memiliki arti kecermatan dan ketepatan alat ukur dalam fungsi ukurnya, validitas suatu alat tes dikatakan tinggi jika mampu memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut. Sedangkan reliabilitas adalah sejauhmana hasil pengukuran dapat dipercaya atau bersifat ajeg. Hasil pengukuran dapat dikatakan reliable jika dalam beberapa kali pengukuran memperoleh hasil yang sama (Azwar, 2009).

#### 3. 5.1. Uji Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang memiliki arti sejauhmana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya (Azwar, 2009)

Penelitian ini menggunakan skala *burnout* yang telah diuji oleh Widianingtanti dan memiliki koefisien validitas antara 0,526 sampai dengan 0,818, serta mendapat taraf signifikansi sebesar 0,05. Skala ini mendapatkan hasil koefisien validitas aspek *exhaustion* antara 0,687 sampai 0,818, aspek sinisme 0,536 sampai dengan 0,800, dan aspek ketidakefektifan 0,604 sampai dengan 0,809 yang diukur melalui *Confirmatory Factor Analysis* (CFA). Sedangkan skala *psychological well-being* telah diuji validitasnya oleh dengan skor 0,368 hingga 0,791, dan melalui *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) menunjukan bahwa semua item yang berjumlah 29 butir valid .

#### 3. 5.2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah sejauhmana hasil suatu penelitian dapat dipercaya (Azwar, 2009). Skala *burnout* dan *psychological well-being* pada penelitian ini telah diuji reliabilitasnya oleh Widianingtanti yang merupakan ketua dalam

penelitian payung. Pada penelitian ini, uji reliabilitas menggunakan *alpha cronbach*.

### **3.6. Teknik Analisis Data**

Metode penelitian data menggunakan teknik analisis *Product Moment* dan dianalisa melalui *SPSS for Windows* sehingga dapat diketahui hubungan antara *psychological well-being* dengan *burnout* pada polisi.

